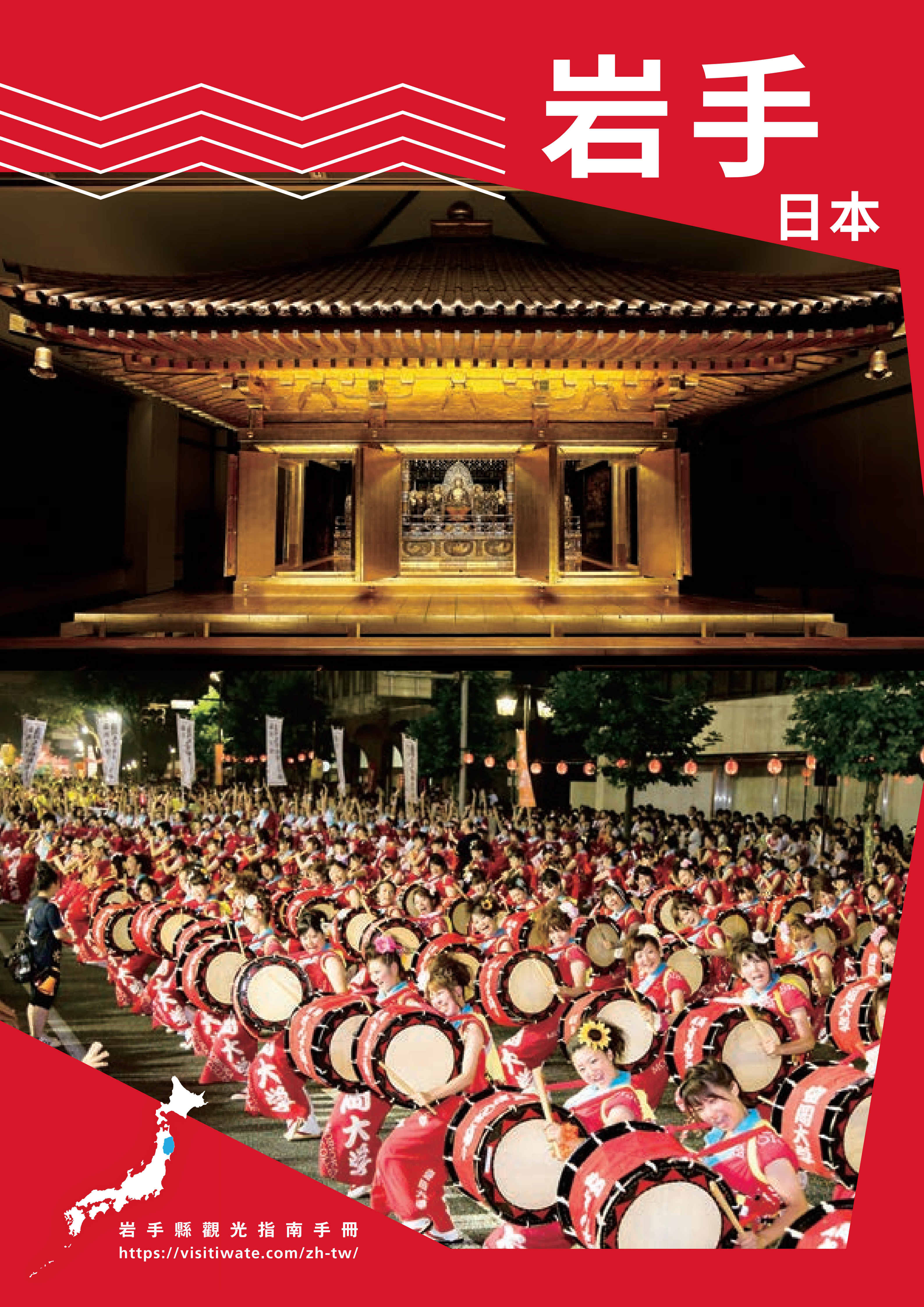

岩手
日本
岩手縣觀光指南手冊
https://visitiwate.com/zh-tw/

世界遺產 平泉

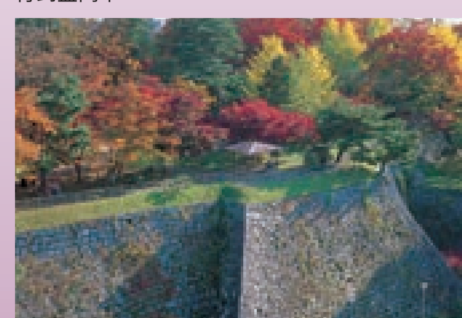
World Heritage HIRAIZUMI

認識歷史與傳統



❷—洽咕洽咕趕馬會（瀧澤市・盛岡市）
（舉辦日：6月的第2個週六）

自古以來就以盛產馬而聞名的岩手縣所留傳下的象徵性傳統活動。近100頭穿戴著華麗裝束的馬兒，洽咕洽咕地響著鈴鐺從近郊的瀧澤市漫步遊行到盛岡市。



❸—盛岡城址公園（岩手公園）（盛岡市）

曾是南部藩主居城的盛岡城古蹟，圍繞在北上川、雫石川、中津川之中。現在除了石牆與池子之外，還留下著從藩政時代就有的樹木，並整備成一座公園。◆從盛岡站搭乘巴士約5分鐘



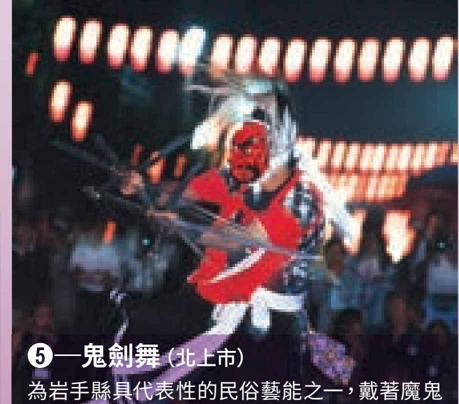
❹—早池峰神樂（花卷市）

2009年9月已列為聯合國教科文組織無形文化遺產的早池峰神樂，山岳信仰至今也在早池峰山麓的花卷市大迫町。600年前就傳承至今的傳統舞蹈，配合笛鼓及獨特的裝扮所跳出的舞蹈雄麗又神秘。

7月31日、8月1日：早池峰神社例大祭典
9月23日：花卷市大迫鄉土藝能節等

◉—鹿舞（全縣）

據說該舞蹈是表達鹿在原野玩耍時的姿態。其特徵是將2根稱為沙沙拉竹竿裝束在頭上。配合著日本太鼓雄壯地飛舞。在縣內各地都會進行，每個地方都各有其特徵。



❺—鬼劍舞（北上市）

為岩手縣具代表性的民俗藝能之一，戴著魔鬼面具穿著獨特的衣裝的舞者，配合鼓笛聲激烈地揮刀飛舞。雄壯的群舞頗具看頭。

❶—世界遺產 平泉

2011年6月“平泉－表現佛國土（淨土）建築、庭園及考古學性遺跡群－”被登錄為了聯合國教科文組織世界文化遺產。
http://www.town.hiraizumi.iwate.jp/hiraizumi/english/index.html



◉—毛越寺（平泉町）
◆從平泉前澤高速路口開車約10分鐘/從平泉站徒步約7分鐘



◉—中尊寺（平泉町）
◆從平泉前澤高速路口開車約5分鐘/從平泉站搭乘巴士約5分鐘



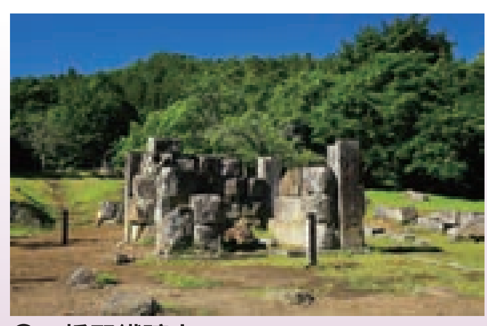
◉—舊觀自在王院庭園（平泉町）
◆從平泉前澤高速路口開車約10分鐘/從平泉站徒步約6分鐘



◉—無量光院跡（平泉町）
◆從平泉前澤高速路口開車約5分鐘/從平泉站徒步約10分鐘



◉—金雞山（平泉町）
◆從平泉前澤高速路口開車約15分鐘



❻—橋野鐵礦山（釜石市）
作為象徵日本製鐵產業近代化的史跡，於2015年7月被登錄為了世界遺產。



❼—盛岡三颯舞
（盛岡市）（舉辦日期為8月上旬）
源由自趕鬼成功的人們歡欣起舞而成的傳統藝能。盛岡市的大道上可欣賞到舞蹈家、笛手、鼓手等共計30000多位表演者盛大起舞。登上金氏世界紀錄的『世界第一大的太鼓遊行』充滿魄力。



❽—御所野遺跡（一戸町）
目前正以「北海道・北東北為中心所發現的繩文遺跡群」之一來申請世界遺產，是繩文時代中期的遺跡。遺跡內有土屋頂的豎穴式住居和環狀列石等，重現當時的情景。◆從一戶高速路口開車約10分鐘



❾—歷史公園「江刺藤原之鄉」（奥州市）
該地是可了解奥州藤原的歷史和文化的主題公園。忠實地重現了從東北古代的城柵到藤原先生的住宅及金色堂等，光是散步也能體驗平安時代的文化。
◆從水澤高速路口開車約15分鐘



環遊於充滿獨特個性的溫泉鄉

分步於貫穿在縣西部位的奧羽山脈四周的岩手溫泉，自古以來就是溫泉療養盛地。岩手溫泉除了擁有許多以豪華的設備讓遊客百來不厭的現代化飯店及旅館之外，還有仍然保有昔日懷舊的溫泉療養氣氛的旅館也比比皆是。有單純泉、硫磺泉、明磐泉等各式各樣的泉質。從大型飯店至洋溢著樸素氣氛的名泉、秘泉等，個性十足的岩手溫泉，可搭配旅行目的自由選擇。不僅具有抒解身心的功效，至此聆聽溪谷的潺潺流水聲，浸泡在的露天溫泉體驗開放感十足的四季，也可成為無可代替的溫泉妙趣。




蕎麥弟


五穀弟


豆腐弟


年糕弟


海膽弟

「碗子兄弟」的簡介

「讓人幸福」＝「招待客人」。岩手縣招待客人的代表就是「碗子蕎麥ー口麵」。以及漆器生產量佔日本第一的岩手「漆器」。結合了這兩項特徵所誕生的吉祥物則為「蕎麥弟」。另外，縣內共分4個區域，各個區域有裝著不同食材的吉祥物諸如「五穀弟」「豆腐弟」「年糕弟」「海膽弟」，每個地方都有遊客值得享受的風景、活動及美食。



❸—湯田溫泉峽（西和賀町）

散佈於以楓葉出名的錦秋湖周邊的溫泉。除了有以坑道為構思所設計的洞窟溫泉、利用天然硅砂的砂蒸溫泉外，還有日本珍奇的溫泉驛站。
◆從湯田高速路口開車約5分鐘



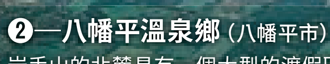
❶—鶯宿溫泉（雫石町）

傳說這山間溫泉曾有黃鶯在此治好傷口。沿著河邊有溫泉街、大型飯店、旅館、民宿、自理餐飲的住宿館以及個性化的住宿設施等齊聚一堂。◆從盛岡高速路口開車約25分鐘



❹—須川溫泉（一關市）

海拔1126公尺，是由栗駒山的高原中湧出的溫泉。由於位於高地，因此空氣清爽，因而被認定是適宜氣候療養之地。夏天的高山植物，秋天的美麗楓葉，都是栗駒登山者的最佳基地。◆自湯澤橫手道路十文字高速路口開車約80分鐘/◆從一關高速路口開車約70分鐘



❷—八幡平溫泉鄉（八幡平市）

岩手山的北麓具有一個大型的渡假區溫泉鄉。採用從松川地熱發電廠發放出的豐富熱水。冬天以滑雪為中心，夏天也可享受各種戶外運動。
◆從松尾八幡平高速路口開車約10分鐘



❺—繋溫泉（盛岡市）

面向著映著岩手山倒影的御所湖，並列著整排現代化的飯店與旅館，就是盛岡的溫泉勝地。四周有小岩井農場等眾多的觀光設施。夏天會舉辦煙火大會。◆從盛岡高速路口開車約15分鐘



花巻溫泉鄉〈花巻溫泉〉

花巻溫泉鄉〈志戶平溫泉〉

花巻溫泉鄉〈大澤溫泉〉

❻—松川溫泉（八幡平市）

環繞在原生林中的松川溪谷，沿著溪谷四周有寧靜的溫泉地。利用豐富的溫泉所建造的大型露天溫泉是遊客住宿的知名地。附近有日本首創的地熱發電廠。

◆從松尾八幡平高速路口開車約20分鐘

❼—花巻溫泉鄉（花巻市）

以溫泉療養為目的而建立的療養靜地，除了溫泉外，還有具備完善設備的豪華大型渡假飯店，是各種個性風格齊聚一堂的東北代表性的溫泉鄉。

◆大澤溫泉：自花巻南高速路口開車約15分鐘　◆志戶平溫泉：從花巻南高速路口開車約15分鐘　◆花巻溫泉：從花巻高速路口開車約5分鐘

享受大自然及四季充滿變化的旅程

岩手縣的大自然相當壯觀。內陸部寬廣的縣土從南至北縱貫2座山脈，由險峻的山中所產生的北上川成為一條大河注入太平洋。該流域延展了整座城市，使得深受綠葉及泉水恩惠的該地，秋天可欣賞到黃金稻穗片滿大地。沿岸部稱為「里亞斯式岬灣海岸」。錯綜複雜的海岸線連綿無盡，透過四季帶給人民豐富來自大海的恩惠。春天群山的新綠，夏天光輝滿映的大海，鮮豔無比的樹木及潺潺河川，以及白雪靄靄的靜謐城市…。一年四季各以不同風采來表現日本最美的自然，岩手縣歡迎您親臨體驗。

可同時

❶—盾形火山線（八幡平市）

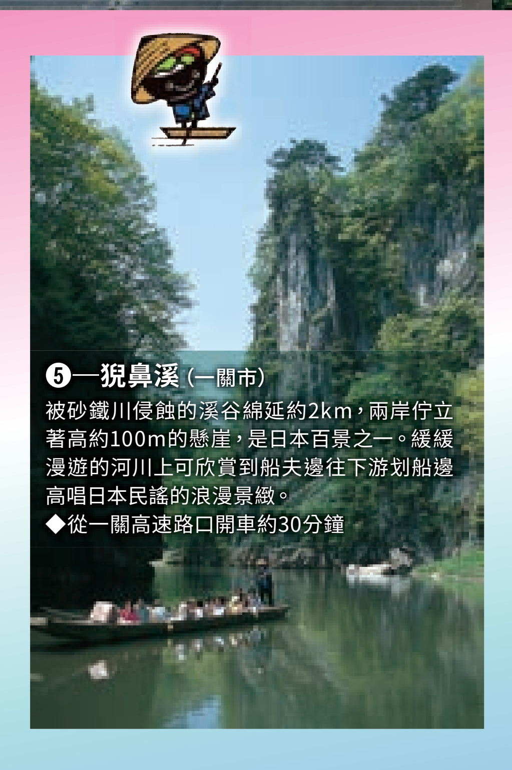
縱貫「日本百名山」之一的八幡平，全長26.7km的兜風大道。早春通車後在道路兩旁佇立著約5m高的雪牆，稱「雪迴廊」。是日本唯一可同時欣賞到雪牆及櫻花的地方。◆從松尾八幡平高速路口開車約25分鐘



❹—展勝地（北上市）

「日本櫻名勝地百選之一」，春天北上川和周邊的群山中有1萬多棵盛開的櫻花樹。特別是北上沿河約有2km的櫻樹鱗比接次，美不勝收。每年從4月下旬到5月上旬會舉辦熱鬧的祭典。

◆從北上站搭乘巴士約15分鐘



❺—猊鼻溪（一關市）

被砂鐵川侵蝕的溪谷綿延約2km，兩岸佇立著高約100m的懸崖，是日本百景之一。緩緩漫遊的河川上可欣賞到船夫邊往下游划船邊高唱日本民謠的浪漫景緻。

◆從一關高速路口開車約30分鐘

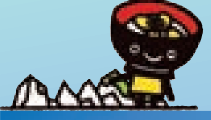
鐘乳洞

岩手縣內有許多能讓遊客體驗的神秘地底鐘乳洞。其中以日本三大鐘乳洞之一而著名的龍泉洞就位於岩泉町，洞內有世界稀有的透明地底湖，水深98m。其艷麗的深藍色讓遊客深感壯觀。另外岩泉町內還有寬敞巨大的安家洞。縣南部還有可見到地底瀑布的瀑布觀洞（住田町），值得遊客前來欣賞的經典非常多。

◆從盛岡南高速路口開車約2小時



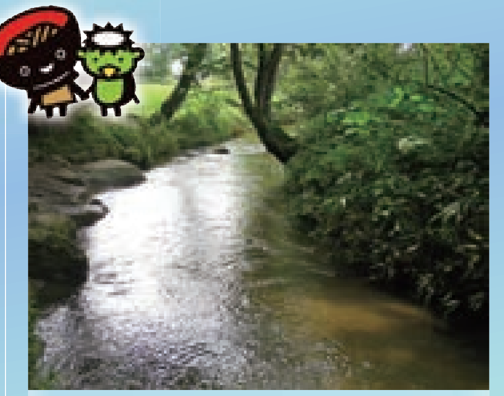
❾—龍泉洞（岩泉町）





❼—淨土之濱（宮古市）

300多年前造訪這條海濱的高僧，讚美該地宛如極樂淨土後便有了淨土之濱的美名。海水的透明度高、海浪平靜，夏天海水浴場的遊客熱鬧非凡。◆從盛岡南高速路口起車程2小時15分鐘



❽—河童淵（遠野市）

常堅寺院的後面有潺潺流動的小河淵。據說河童常常對該地居民惡作劇。河淵岸邊有供奉著河童神的小寺廟，剛生孩子的母親可在這裡許願讓母乳豐富。下雨時石獅頭上的凹洞會積存雨水，宛如河童頭頂上的碟子，因此該獅子又稱「河童石獅」。

◆從遠野站起車程約10分鐘

欣賞到白雪及櫻花



❷—小岩井一棵櫻（雫石町）

位於小岩井乳業工廠隔壁的牧場。是大約100年前為了保護牛不受日曬而栽種了此江戶彼岸櫻。留有殘雪的岩手山違背景襯托著牧場中的綠葉與高大的櫻花樹，構成一幅美麗的景觀。許多電影和連續劇的外景都在這裡拍攝，因此吸引了許多遊客到此一遊。該地以「旅館之嫁」而聞名。
「旅館之嫁」的外景拍攝地。
http://hellomorioka.jp/kankou/dondohare/dondo_tw/
◆從盛岡高速路口開車約15分鐘



❸—石割櫻（盛岡市）

盛岡地方法院前有一棵江戶彼岸櫻的櫻花古樹，從圓周21公尺的花崗岩中破石而出的櫻花樹伸展樹枝，令人感覺其剛強的生命力。是一棵宣布盛岡春天到來的櫻花樹，並被指定為國家自然保護植物。
◆從盛岡高速路口開車約30分鐘

❻—北山崎（田野畑村）

獲得（財團法人）日本交通公社的全國旅遊資源評價裡等級最高的特A級。也是日本最有名的觀光景點，高達200公尺的懸崖綿延有約8公里長。由於非常雄偉所以又有「海裡的阿爾卑斯」之美稱，吸引了各地眾多的遊客。
◆從盛岡南高速路口起車程2小時15分鐘

❿—嚴美溪（一關市）

栗駒山流出的磐井川所侵蝕的溪谷約2km，巨岩及深淵的對比相當壯觀。用繩子自對岸運送過來的「郭公糰子」相當知名。
◆從一關高速路口開車約10分鐘

⓫—八幡平的紅葉（八幡平市）

自松川溫泉到盾形火山線約15km的路線中，會經過山毛櫸和楓葉等的闊葉樹道，特別是五顏六色的美麗紅葉最令人讚嘆。漫步道中可欣賞到四季不同的風情。夏季可攀爬高山植物盛開的夏山、冬季可欣賞到夢幻的樹冰山。
◆從松尾八幡平高速路口開車約40分鐘

享受大自然，豪邁地遊玩

日本國內佔地僅次於北海道的岩手縣，擁有其傳統文化與可體驗其風土民情的景點。陶瓷工藝、紡織品、手製蕎麥等，皆是您接觸本地人、體驗傳統技能，讓旅途留下美好回憶的最佳地方。此外，壯觀的山岳地帶及擴展至北上川流域的丘陵地帶，也有許多可享受戶外運動的景點。滑雪場內寬廣的滑雪道以及優良的雪質頗具名氣。高爾夫球場具有雄偉壯觀的景色，從初學者到熟練老手皆能在此歡享魅力十足的球道。還有作品名揚海外的作家如宮澤賢治等文人的紀念館，將這些景點加入您的旅程，一定能更增加岩手旅遊的魅力。

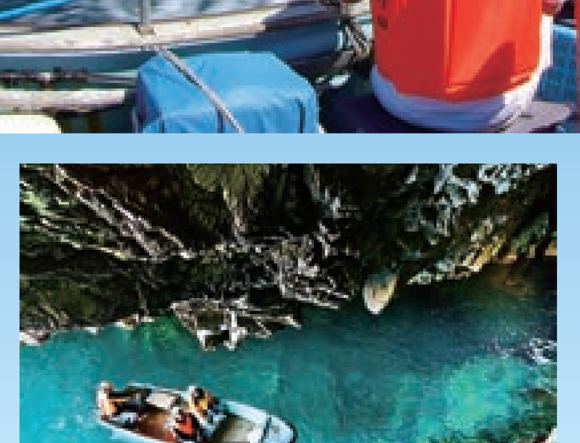
❶—小舟體驗奇景（田野畑村）

平底小舟是當地漁夫實際使用的捕漁船。遊客可搭乘小舟體驗由正下方俯視北山崎懸崖的雄偉景觀。在附近的餐廳可享受剝海膽和碳烤魚貝之樂。
◆從盛岡南高速路口起車程2小時15分鐘

❷—溪流攀高（久慈市）

在指導者的帶領下，一同漫遊榮獲岩手縣名水20選的內間木溪流直至上流。逆行在千變萬化的潺潺溪流中，親身體驗在涼爽的溪水中朝目標前進。
◆從JR·三陸鐵道久慈站開車約30分鐘

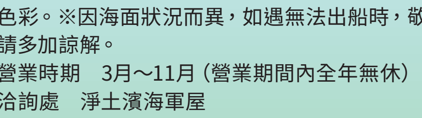






❸—青色洞窟·小舟體驗奇景（宮古市）

搭乘小舟進入具有青色洞窟之美名的八戶穴。因位於海灣區域，遊客在不受外海打來的波浪影響下，享受淨土濱的自然造型美。因四季變化還可觀賞到翡翠藍及蔚藍等五顏六色的海灣色彩。※因海面狀況而異，如遇無法出船時，敬請多加諒解。



營業時期　3月～11月（營業期間內全年無休）
洽詢處　淨土濱海軍屋
電話 0193-63-1327

❺—盛岡手工藝村（盛岡市）

是岩手縣的工藝品·民間藝術品·食物等傳統技術齊聚一堂的設施。在南部煎餅及陶器等14家工作室鱗比接次的區域裡，除了能參觀之外，還能體驗親手製作的樂趣。
◆從盛岡高速路口開車約10分鐘



❹—在紫波水果園體驗工房（紫波町）

在縣內的蘋果和葡萄，藍莓等的產地，可享受水果收成時期摘採水果的愉快經驗。在紫波水果園裡有櫻桃和葡萄等果園，每到應時季節，就會被四周所散發出的香甜果香味所包圍。也有工房供您親自在石窯上燒烤披薩後享用。
◆從紫波高速路口開車約20分鐘



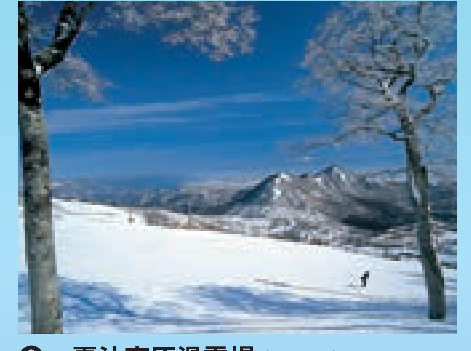
❻—遠野鄉土村（遠野市）

移築並保存著岩手縣的傳統家屋·南部曲家的體驗設施。能在散發著懷舊的農村氣氛的場內享受製作蕎麥和年糕等鄉土特色濃厚的體驗。
◆從東和高速路口開車約60分鐘／從遠野站搭乘計程車約20分鐘

❼—安比高原滑雪場（八幡平市）
深受國內外遊客的喜愛，亦是岩手縣代表性的渡假勝地。白雪皚皚的粉雪是此滑雪場自豪的雪質，共有21條豐富多彩的路線。最長的滑行距離為5500公尺。◆從安代高速路口開車約15分鐘

❽—雫石滑雪場（雫石町）
曾是世界冠軍選拔賽的滑雪場地，共備有11道變化豐富的滑道。這變化豐富的滑雪場，從初學者到熟練者皆能盡情享樂。
◆從盛岡高速路口開車約35分鐘



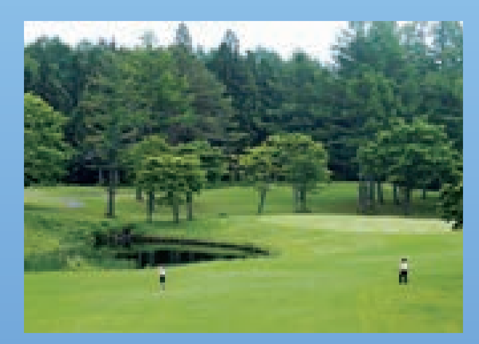


❾—夏油高原滑雪場（北上市）
從林間路線到蒙古式滑雪共約14道滑道，從熟練者到初學者皆能盡興歡享。場內亦有日本最大型的美食區。
◆從北上江釣子高速路口開車約30分鐘

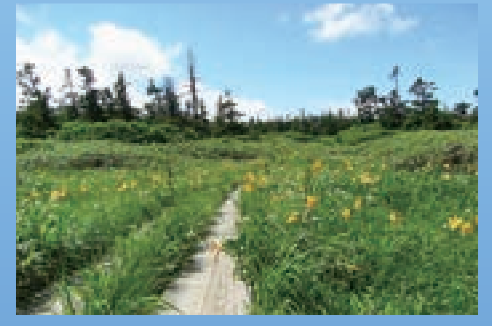


❿—安比高原高爾夫俱樂部（八幡平市）
座落在白樺的原生林，總面積130萬平方公尺的佔地中，共有4道球道36洞。優良完善的環境獲得相當高的評價。女子專業淘汰賽也曾在此舉辦過。
◆從松尾八幡平高速路口開車約15分鐘





⓫—雫石高爾夫球場（雫石町）
能眺望到岩手山的風景，且富有戰略性之樂的高爾夫球場。有兩座18洞球道。在打完球可以到對面的雫石高倉溫泉享受泡湯。
◆從盛岡高速路口開車約35分鐘



⓬—八幡平健行（八幡平市）
八幡平與青森縣的十和田湖一起被指定為十和田・八幡平國立公園。可以邊欣賞四季應時的花草樹木邊享受健行活動。
◆從松尾八幡平高速路口開車約40分鐘

宮澤賢治紀念館（花巻市）—⓭
曾經做過詩人、童話作家、地質學者及農民的宮沢賢治，在花巻市留下了許多多彩多姿的足跡。該設施共分成科學、藝術、宇宙、信仰、農業等區。在此將利用簡淺易懂的照片及影片來詳細介紹賢治的豐功偉業。周邊亦有許多宮澤賢治童話村和花卷市博物館等文化設施。
◆從花卷南高速路口開車約15分鐘



座擁山中，面向大海的岩手縣，深受豐富食材的恩惠，培育出多樣化的飲食文化。三陸沖是魚貝類的寶庫，有許多海膽、鮑魚等高級食材。亦飼養著牛隻，其細心培育的結果誕生了最佳的岩手和牛。其中「前澤牛」是日本屈指可數的高級牛。採放牧培育法的「岩手短角和牛」也很受歡迎。岩手縣也生產米、蕎麥及小麥。碗子蕎麥麵及揪麵(麵糰火鍋HITTSUMI)等獨特的雜穀傳統形成了一個自有的糯米文化。此外，亞洲的麵條文化傳入後亦產生其獨自的進化。每樣都使用當地原有的食材，烹飪出故鄉才有的美味料理。



◉—鮑魚（沿岸）

鮑魚具有咬勁十足的口感，味道甘甜可口，使美食精通者們讚嘆不已。

品嘗充滿鄉土氣息的飲食文化



◉—壽司・海鮮（沿岸）

暖流和寒流交匯的三陸大海是新鮮海產的寶庫。特別是夏天的美味「海膽」味道鮮美，是極受歡迎且代表鄉土口味的的壽司食材。







◉—海膽・伊姬寇妮（鮑魚海膽湯）（洋野町・久慈市）

三陸產的海膽吃的是優質的海帶，棲息在沒有污染的岩石地帶，使得其肉質棉軟細膩，更帶有淡淡的甘甜美味。與鮑魚一同烹調的鮑魚海膽湯「草莓煮（ICHIGONI）」亦被做成罐頭銷售，更可當紀念品餽贈親友。



◉—年糕料理（縣南地方）

盛產稻米的縣南地方在婚喪喜慶時年糕料理是不可獲缺的。有包紅豆和芝麻餡，還有外裹胡桃的甜點，以及裹著毛豆泥的曾達（ZUNDA）等各是各樣的美味點心。

南部杜氏

杜氏是酒造界最高負責人的名稱。與兵庫縣的丹波杜氏，新瀉縣的越後杜氏並稱為日本三大杜氏的南部杜氏所活躍的酒窖分布於世界各地。其數目高達400多間。每位杜氏各有其獨自的流派，在造酒過程中，運用杜氏多年的經驗和直覺，以及該負責人的出生地而異，其酒味也略有不同。



盛岡三大麵



◉—盛岡冷麵（盛岡市等）
盛岡冷麵採用小麥粉和太白粉製作而成，其香Q口感最具特色。相較於柔軟的平壞冷麵，其獨特的嚼勁也別有一番風味，香濃的湯頭搭配香辣的泡菜融合成一道美味極品。

◉—椀子蕎麥麵（盛岡市·花卷市）
原本為「宴客」時的宴席餐點發展到現在。一小口又一小口的放入碗中的蕎麥麵，在服務員的吆和添加下，饗客互相競爭看誰能吃到最多碗。

◉—炸醬麵（盛岡市）
熱呼呼的扁平麵，搭配肉醬和黃瓜。淋上個人所喜歡的調味料攪拌後品嚐。9成饗客在吃完後，會加入「雞蛋湯」享用。

◉—岩手牛（內陸）
首居的「前澤牛」之外，還有肉質優良，以入口即化的霜降雪花肉「岩手和牛」，還有放牧飼育於自然之中的紅肉「岩手短角和牛」，實為極品美味。

◉—蘋果
岩手縣的蘋果味及品質優良，特別的是奧州市的「江刺蘋果」，曾創下日本最高紀錄，一顆約36,000日圓蘋果。也有「燦早蘋果」「津輕蘋果」「富士蘋果」等繁多的品種，味道從酸味到甘甜等各式各樣。一到秋天便會陳列在超市及產地直銷的店鋪，讓空中散發出香甜的味道。

◉—拉麵
基本上採魚或雞骨頭燉煮的醬油湯頭，加上細細的捲麵、叉燒肉、筍干、蔥、海苔，樸素簡單的餐點深受遊客的喜愛。美酒下肚，最後再點一碗拉麵享用的人相當多。

◉—蕎麥麵（內陸部）
屬於寒冷氣候的岩手縣，自古以來就吃蕎麥麵。蕎麥粉配合精心研發的「和露醬」，更是每家餐廳相競的個性化美味。

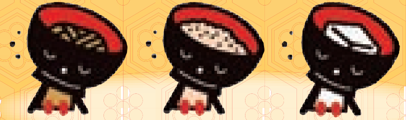
◉—雜穀料理（縣北地方·花卷市）
全國雜穀生產量排行第一的岩手縣，位於寒冷氣候地帶，自古以來就品嚐雜穀料理至今。雜穀料理中含有豐富的維他命及礦物質等高營養價值的成分，據說具有預防肥胖的效果。

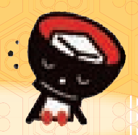
◉—烤羊肉「成吉思汗」
（主要在遠野市·八幡平市·雫石町）

將羊肉放入鐵板中燒烤也是岩手縣常吃的料理。在各大觀光景點的許多餐廳裡亦有該餐點。醬汁因每家店的製法而異，特為該口味而蒞臨的常客也不少。據說特別是遠野市的每個家中，都會具備一台成吉思汗羊肉爐，市內亦有許多專賣店。該地甚至具有成吉思汗水桶之稱，也是遠野獨特的成吉思汗文化。

自然與人類手藝結合誕生的特產

山珍海味、鄉村美味…岩手縣聞名遐邇的飲食不枚盛舉。這是託岩手縣的寬敞大自然之福所帶來的恩惠。其次漆器和染織品及日本和紙等自古以來傳承至今的工藝品也相當多。在大自然的恩惠下結合人民的智慧及手藝所誕生的特產，將為您的岩手之旅留下更難忘的回憶。





◉—**南部煎餅**（盛岡市等）
是在小麥粉裡揉入芝麻、胡桃及花生等後燒烤而出的點心。脆脆的口感及樸素的風味最具原味特色。最近研發出的墨魚和蘋果等特殊的口味也頗受歡迎。

◉—**南部鐵器**（盛岡市・奥州市）
由南部藩時代延續至今的高級鑄物技術所製造的產品亦是岩手縣代表性的傳統工藝品。從茶釜和鐵壺等傳統器具至符合現代生活的餐具等齊聚一堂。



◉—**淨法寺塗漆器**（二戶市等）
岩手縣北方古剎・天台寺院所使用的日常用品的發祥地。使用當地的生漆所製成的漆器，其質量及數量皆號稱日本第一，是樸素大方且堅固又實用的工藝品。

◉—**秀衡塗漆器**（平泉町等）
平泉的中尊寺和毛越寺等所使用的日常用具傳到民間後結合了卓越的技能，該漆器中共有紅、黑、金3色，其中又有春秋草花花紋的獨特花樣頗具特徵。





◉—**岩谷堂衣櫥**（奥州市）
該傳統工藝的起源可追溯到奥州藤原的時代。在櫸樹和栗樹等木材上重複上漆，再鑲上極具裝飾性色彩的金屬零件，即成為一個深具美術氣息的衣櫥。

購 物 景 點

◉—特產廣場 拉拉岩手

南部鐵器及秀衡塗漆器、岩谷堂衣櫥等岩手縣內的傳統工藝品及特產齊聚一堂。香腸等農畜產品、雜穀等農產物、椀子蕎麥麵、炸醬麵等麵類、岩手縣日本酒、葡萄酒、點心類等，都是購買岩手縣特產時的最佳選擇。寬廣的館內陳列著琳瑯滿目的商品，當您猶豫不決時，不妨洽詢商品知識豐富的店員，他們會為您最棒的建議。

盛岡市菜園1-3-6　農林會館1F　電話 019-626-8178
營業時間　10:00～18:30（1月、2月為10:30～）
公休日　每月的第2個週三（8月、12月無休）
◆從盛岡站徒步約15分鐘
http://www.iwatekensan.co.jp/shop/lala.html

◉—Parc Avenue 川德

岩手縣的代表性百貨店，創立於1866年。在地下街有多款不同種類的飲食。除了在盛岡的靈魂美食炸醬麵的老店以及白龍分店等當地高評價的美食外，還有國內的名氣餐飲皆在此齊聚一堂，點心區裡也有許多不同種類的甜點。實在的品質、公道的評價，川德的包裝紙是「高級」「安心」的形象品牌。

盛岡市菜園1-10-1　電話 019-651-1111
營業時間　10:00～19:00　7樓餐館街11:00～21:00（最後點餐時間為20:30）
◆從盛岡站徒步約15分鐘
http://www.kawatoku.com/

◉—AEON 盛岡南購物中心

創立於2006年9月的岩手縣最大型購物中心緊鄰眾多商業設施。食品、衣類、家電等生活商品齊聚一堂的AEON盛岡南店和約140家的專賣店皆在此設立門市。也有岩手縣的「地產地消」的餐廳及特產店。

盛岡市本宮7-1-1　電話 019-631-3450
營業時間　AEON 專賣店街為9:00～22:00（餐館為11:00～）、AEON 盛岡南店為8:00～23:00（1樓食品賣場為7:00～，2樓、3樓營業至22:00）
公休日　全年無休
◆從盛岡站搭乘巴士約10分鐘／從盛岡高速路口開車約10分鐘
http://www.aeon.jp/sc/moriokaminami/

◉—AEON 商城盛岡

是一處大型購物中心。因位於盛岡高速路口入口處旁，所以駕車或搭乘巴士等交通非常便利。食品、衣類、家電等生活商品齊聚一堂的AEON盛岡店和約110家的專賣店皆在此設立門市。

盛岡市前潟4-7-1　電話 019-605-3511
營業時間　AEON 專賣店街為9:00～21:00，餐館街為10:00～22:00，美食區為9:00～21:00，PLAZA CAPCOM為9:00～21:00，AEON 盛岡店為9:00～22:00（1樓為7:00～23:00）
公休日　全年無休　◆從盛岡站搭乘巴士約10分鐘／位於盛岡高速路口下
http://morioka-aeonmall.com/index.jsp



◉—久慈琥珀（久慈市）

日本唯一生產琥珀的產地就在久慈市的博物館，在此可欣賞及購買稀奇的昆蟲琥珀。以琥珀為材料製作的裝飾品等手工區相當受歡迎。

◉—小岩井乳製品（雫石町）

位於岩手山麓的小岩井農場是日本最大規模的民間綜合農場，長達100多年的歷史。由該農場的牛奶所生產的乳製品是岩手縣的代表性名產。

◉—南部古代型紙染印（盛岡市）

南部藩時代的武士在製作衣類等時所使用的圖型，是傳統的染織物。現在除了桌巾和皮包等外還製作了各式各樣的商品。

◉—日本酒（全縣）

日本的酒文化中不可獲缺的傳統酒匠，「南部杜氏」之美稱也是從岩手縣誕生的。在日本稀有的清酒鄉中，縣內就有近30多家酒窖，遊客可在此品嚐各種不同風味的美酒。

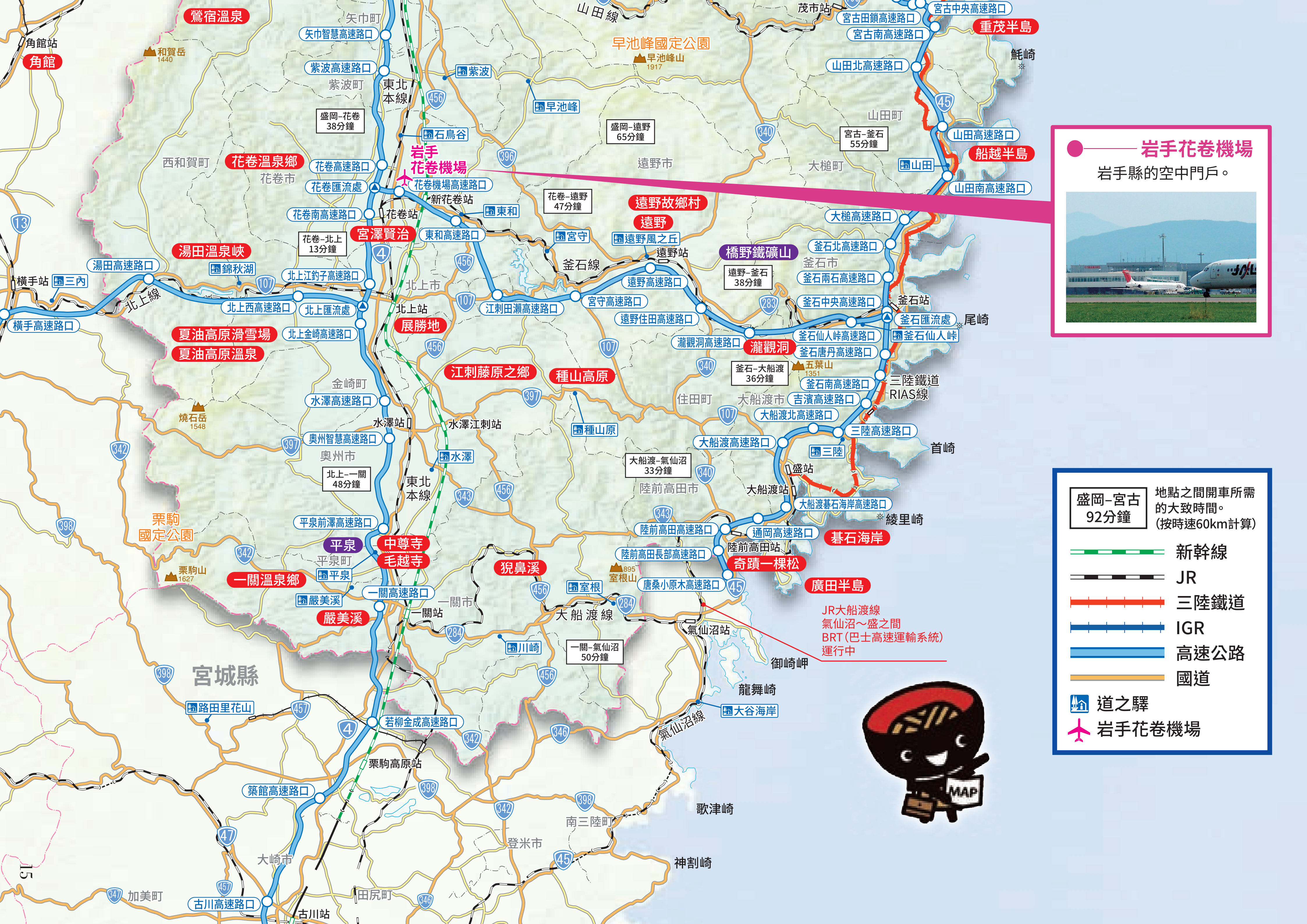




※這是截至2019年12月31日的交通資訊。請在出門之際事先進行確認。
岩手銀河鐵道
「IGR岩手銀河鐵道」往返於岩手縣中心城市盛岡與縣北地區之間。您可一邊眺望車窗外不斷變幻的風景，一邊享受車內悠閒的氣氛，漫遊在這洋溢著歷史與文化氣息的城鎮之中，吸引您進行一趟心靈充實之旅。
http://www.igr.jp
三陸鐵道
這是馳騁於三陸海岸的鐵道。活動列車及紀念物品頗具人氣。
三陸復興國立公園
十和田八幡平國立公園
秋田縣
青森縣
青森鐵道
IGR岩手銀河鐵道
東北新幹線
三陸鐵道RIAS線
八戶線
花輪線
奧羽本線
田澤湖線
秋田內陸縱貫鐵道
種市海岸
久慈海岸
小袖海岸
黑崎
北山崎
島越
真崎
淨土濱
閉伊崎
龍泉洞
安家洞
平庭高原
御所野繩文公園
輕米森林公園
金田一溫泉鄉
折爪馬仙峽
早坂高原
外山高原
岩洞湖
區界高原
奧入瀨
十和田湖
安比高原
安比高原滑雪場
八幡平
盾形火山線
八幡平溫泉鄉
乳頭溫泉
田澤湖
雫石滑雪場
小岩井
盛岡手工藝村
繫溫泉
石割櫻
十和田八幡平國立公園
久慈-八戶 56分鐘
二戶-八戶 38分鐘
二戶-久慈 52分鐘
盛岡-二戶 76分鐘
宮古-久慈 88分鐘
盛岡-宮古 92分鐘
盛岡-雫石 17分鐘
八戶北高速路口
八戶高速路口
階上高速路口
南鄉高速路口
輕米高速路口
九戶高速路口
一戶高速路口
淨法寺高速路口
久慈北高速路口
久慈高速路口
普代高速路口
田野畑北高速路口
田野畑高速路口
田野畑南高速路口
鵜之巢斷崖高速路口
岩泉龍泉洞高速路口
岩泉南高速路口
田老北高速路口
田老真崎海岸高速路口
宮古根市高速路口
大鱷弘前高速路口
碇關高速路口
小坂北高速路口
小坂匯流處
小坂高速路口
十和田高速路口
鹿角八幡平高速路口
安代高速路口
安代匯流處
松尾八幡平高速路口
西根高速路口
瀧澤高速路口
瀧澤中央智慧高速路口
盛岡高速路口
田澤高速路口
川目高速路口
手代森高速路口
盛岡南高速路口
築川道路
十和田市
平川市
五戶町
八戶市
洋野町
輕米町
九戶村
二戶市
一戶町
久慈市
野田村
普代村
田野畑村
岩泉町
葛卷町
岩手町
八幡平市
雫石町
瀧澤市
盛岡市
宮古市
本八戶站
八戶站
二戶站
久慈站
岩手沼宮內站
好摩站
盛岡站
宮古站
十和田南站
鹿角花輪站
東大館站
田澤湖站
三戶
南鄉
新鄉
大野校園
折爪
久慈
野田
山形白樺之鄉
葛卷高原
三田貝分校
石神之丘
西根
田野畑
岩泉
田老
山彥館
區界高原
宮古
雫石姊子
鹿角
矢立峠
岩泉
早坂隧道
姬神山 1124
岩手山 2038
八幡平 1613
1637 秋田駒岳

岩手花巻機場

岩手縣的空中門戶。

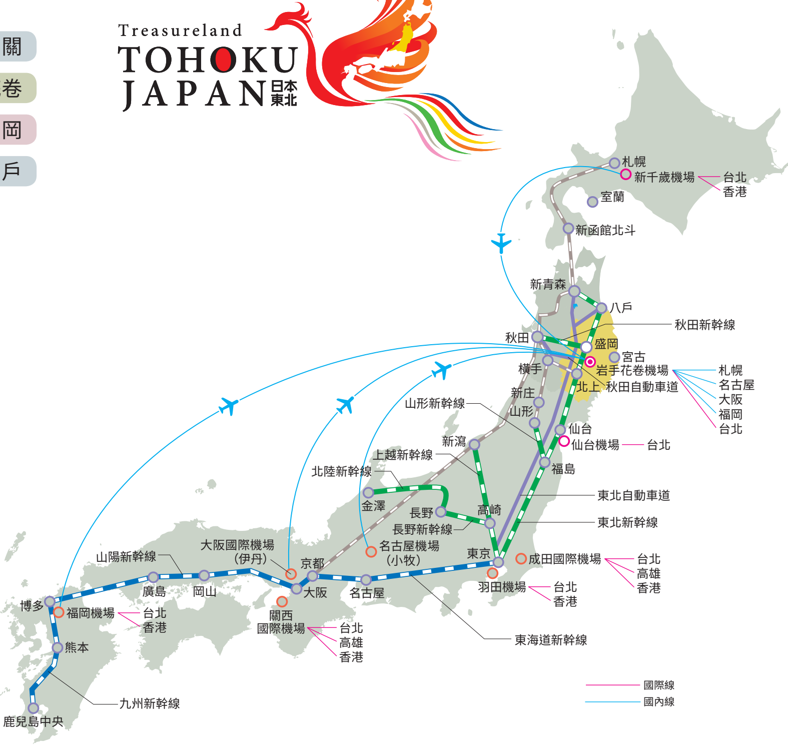


由岩手縣以外的主要機場至此的交通方法

成田國際機場	(成田特快車) 約1小時	東京	(東北新幹線) 約2小時5分鐘	一 關
			約2小時42分鐘	新花巻
羽田機場	(東京單軌電車) 約20分鐘 濱松町 (JR) 約6分鐘		約2小時10分鐘	盛 岡
			約2小時53分鐘	二 戶

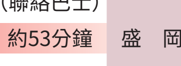


仙台機場	(仙台機場線) 約25分鐘	仙 台	(東北新幹線) 約40分鐘	盛 岡
	(聯絡巴士) 約40分鐘			



日本國內班機的交通方法

札 幌	(新千歲) 約55分鐘	岩手花卷機場	(聯絡巴士) 約53分鐘	盛 岡
名古屋	(小牧) 約1小時10分鐘			
大 阪	(伊丹) 約1小時20分鐘			
福 岡	(福岡) 約2小時			



岩手縣(盛岡)一年四季的氣溫變化

JR東日本通票 (JR EAST PASS) 東北地區

這是指定的自由上下車區域內的特快(包括新幹線)、快速列車、普通列車的普通車廂指定席自由上下車的划算通票!

海外銷售	成人(12歲及以上)	19,350日圓	兒童(6歲～11歲)	9,670日圓
日本國內銷售	成人(12歲及以上)	20,360日圓	兒童(6歲～11歲)	10,180日圓

購票資格: 僅以持有日本以外國家及地區護照的外國籍遊客(在日本逗留天數為90日以內的短期逗留者)為對象。換票、購票時需確認護照。

https://www.jreast.co.jp/multi/pass/eastpass_t.html

JR Tohoku-South Hokkaido Rail Pass

這是指定的自由上下車區域內的特快(包括新幹線)、快速列車、普通列車的普通車廂指定席自由上下車的划算通票!

價格及購票資格等與JR東日本通票相同。詳情請掃瞄QR碼參閱網站。

http://www.jreasthokkaido.com/tc/





東北高速公路通票 (Tohoku Expressway Pass)

使用東北高速公路通票(Tohoku Expressway Pass)能夠以定額在東北地區的高速公路上任意行駛! 請與租賃汽車一起租賃專用的ETC卡。

可從2～14天間 4,100日圓～12,200日圓中選擇。

例: 高速公路通常費用(普通車輛)

仙台機場 → 中尊寺(平泉前澤高速路口)	單程 3,650日圓
仙台機場 → 白神山地(大鱷弘前高速路口)	單程 7,950日圓

https://www.driveplaza.com/trip/drawari/tep2015/ch.html



東北高速巴士票 (Tohoku Highway Bus Ticket)

這是2天間或3天間可無限制多次乘坐運行於東北6縣內的高速巴士(約60路線)的划算巴士票

金 額	2 天 票	6,000日圓
	3 天 票	8,000日圓 ※本票沒有兒童票價。

https://japanbusonline.com/en/CourseDetail/index/10402880001



岩手縣觀光課

郵遞區號 020-8570 岩手縣盛岡市內丸10-1
電話 019-629-5573
傳真 019-623-2510
https://visitiwate.com/zh-tw/

黃金之國、日本岩手。

岩手好好玩

以4國語言介紹岩手縣的觀光景點

岩手平泉導遊員翻譯協會

http://iwate-guide.sakura.ne.jp/index.html

對應語言
英語、中文(普通話)、韓語、德語

諮詢部門●岩手平泉導遊員翻譯協會辦公室
郵遞區號 029-4102 西磐井郡平泉町平泉字花立208
電話 0191-46-3762 (9:00～18:00)
傳真 0191-46-3518
e-mail info.ihiga@iwate-guide.sakura.ne.jp



封面照片/盛岡三颯舞、中尊寺 金色堂